

子どもの感情制御の発達をうながす適切な支援とその効果

鎌田 美由紀 秋光 恵子

1. 問題と目的

学校における生徒指導上の問題の多くは、子どもがネガティブ感情を抱えた際に、それらの感情への対処として暴力や暴言、いじめや自傷行為などの社会的に不適切な行為として表出していることに起因している。こうした背景には、養育者が子どものネガティブ感情を受容せず、否定的な関わりをしてきていることに大きな要因がある(大河原, 2006, 2010, 2011)。したがって、養育者が子どものネガティブ感情に共感的に関わることは、子どもの感情制御の発達を促していくために重要であると言える。保健室に来室する子どもたちは、身体的・精神的な症状だけではなくネガティブ感情を抱えていることが日常的である。養護教諭は、そのネガティブ感情に対して「痛いね」「しんどいね」「嫌だったね」等の言葉をかけるという共感的な関わり方を基本としている。このような関わりは、大河原(2006)が言うところの感情制御の発達を促すためのプロセスに一致しているが、必ずしも「子どもの感情制御の発達」を意識して行なわれているのではない。

そこで本研究では、子どもの感情制御の発達促進に対して保健室から発信できる支援を充実させるために、その方法の効果について検討することを目的とする。具体的には、まず養護教諭に感情制御の発達についての研修を行ない、共通理解を促す。そのうえで保健室に来室する子どもへの直接的援助において意識的に共感的関わりを活用し、その効果を検証する。また、保護者の関わり方は子どもに大きな影響を及ぼしていると考えられるため、共感的関わりは保護者に対しても用い、それにより保護者の子どもに対する関わりがどのように変化するかについても検証する。

2. 方法

(1) 感情制御の発達不全に関する研修とその効果の検証

①対象者 保幼小中学校などの教職員 46 名 (男性 9 名、女性 37 名)。

②研修の内容 教職員は、子どもへ多くの知識を学ばせ獲得させることが重要な仕事であるため、感情制御が困難な子どもに対しても「すべき行動」の指導を優先し、子どもが抱えている感情への対応は後回しにしがちである。そのような指導は感情制御能力の発達を阻害する可能性があること、さらには感情制御能力を育むために必要な関わり方を理解するために、以下の点について研修を行った。

○感情制御能力は、養育者の養育によって育まれるものである。

○「この人は悲しい」と理解できる能力と「私は悲しい」と泣けるのは、全く異なる能力である。

前者は「知識としての理解」、後者は「自分の身体で感じた感情を言葉に変換できる能力」であり、「感情が自覚できる」とは後者の能力である。感情制御のためには、後者の能力を育むことが必要である。

○感情の自覚には、子どもが感じていると推察される感情に対して養育者が共感的な言葉をかけるという『感情の社会化』の作業が必要である。

○現状において多くの養育者や教育者は、ポジティブ感情へは共感的にかかわるが、「良い子に育てたい」という強い意識があるためにネガティブ感情には否定的にかかわる。そのためネガティブ感情の社会化が起こりにくい。子どもはネガティブな感情が心の中にあっても、それらを表す言葉とつながっていない状況が生まれている。

○感情を言葉に変換できない状況は、身体内に感情のエネルギーを内在させ、それらを暴言や暴力などの不適切な対処として表出させる。

○ネガティブ感情を社会化させるためには、ネガティブ感情に共感的にかかわることが必要であり、以下の4点に意識的にかわることが求められる。

①ネガティブ感情がわきあがってく場面で ②感情を自由に言語化させ ③「こわかったね」「悲しかったね」と、子どもの感情にフィットする言葉をかけ ④ネガティブ感情が落ち着くのを待って、伝えるべきことを伝える。

○こうした共感的な関わりは、教育の場では「甘えさせる」といった誤解を生じやすい。そこで「感情」には「共感」、「不適切な行動」には「適切な行動を指導」という、感情と行動をわけるという意識を持って関わる。

③研修の効果の測定 研修の効果は、大河原(2006, 2007, 2010, 2011)が述べる『感情制御能力の発達には、ネガティブ感情を感じた時に、養育者が共感的にかかわることが必要である』という視点から作成した10項目(表1)により測定した。またこれらの項目に加えて、所属および「自分自身が感情的になりやすいかどうか」についても尋ねた。

(2) 共感的関わりの実施とその効果の検証

①対象者 暴言や暴力、登校しぶりなどの問題行動を示し感情制御において課題がある児童。

②方法 対象児童に対して、感情制御の能力を育む共感的関わりを意識的に実施した。また保護者と担任へも共感的関わりを実施し、子どもに共感的関わりができるように支援した。これらの効

果を検討するために、子どものストレス反応を測定し、個別的变化を分析した。

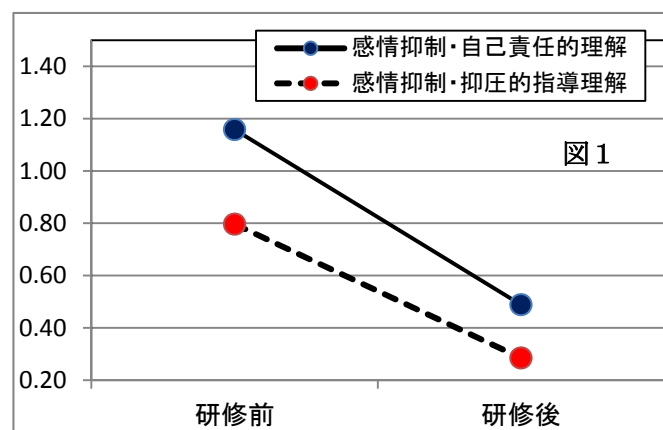
3. 結果と考察

(1) 感情制御の発達不全に関する研修とその効果の検証

| 表1 感情制御発達に関する意識因子分析結果 | | | | | | | | | |
|-----------------------------|---|--|--|--|--|--|--|-------|-------|
| | | | | | | | | 1 | 2 |
| 感情抑制の自己責任的理解 $\alpha=.839$ | | | | | | | | | |
| C7 | 他人の気持ちがわからないから他人が傷つくような暴言や暴力をしてしまうと思う | | | | | | | .895 | -.219 |
| C8 | 分で感じる感情を自分で理解できることは成長する中で自然に身についていくものだと思う | | | | | | | .752 | .100 |
| C1 | ネガティブ感情のコントロールができない子どもは甘やかされていると思う | | | | | | | .678 | -.010 |
| C9 | 自分が感じている感情を自分で理解できることは、当たり前だと思う | | | | | | | .662 | .018 |
| C6 | ネガティブ感情をコントロールできないのは、子どもの我慢が足りないからだと思う | | | | | | | .564 | .206 |
| 問題行動制御の要厳罰的理解 $\alpha=.862$ | | | | | | | | | |
| C3 | 子どもがネガティブ感情を感じている時こそ、共感的にかかわるとますます感情がコントロールできにくくなると思う | | | | | | | -.019 | .844 |
| C4 | 子どもに共感的にかかわると子どもは我ままになると思う | | | | | | | -.041 | .804 |
| C5 | ネガティブ感情をコントロールすることができないのは、子どもの意思が弱いからだと思う | | | | | | | .238 | .639 |
| C2 | 暴言暴力、盗みなど問題行動への指導は厳しくしないと問題抑制の効果が無いと思う | | | | | | | .385 | .425 |
| C10 | ネガティブ感情をコントロールしていく能力は、親の子どもへのかかわり方によって異なっていくと思う | | | | | | | .062 | -.177 |

研修の効果を測定するために大河原 (2006, 2007, 2010, 2011) の理論に基づいて作成した 10 項目について主因子法・Promax 回転による因子分析を行なった結果、初期の固有値 1.0 以上で解釈可能な 2 因子が抽出された (表 1)。第 1 因子は「他人の傷つく気持ちがわからないから、他人が傷つく暴言や暴力をしてしまう」など、感情は自分の能力で理解し、制御するのが当たり前という考え方を表す項目に高い負荷を示していたため、「感情抑制の自己責任的理解」と命名した。第 2 因子は「ネガティブな気持ちに共感的に関わるとますます感情コントロールできにくくなる」など、厳しい指導こそ感情抑制につながるという考え方を表す項目に高い負荷を示していたため、「問題行動制御の要厳罰的理解」と命名した。また第 1 因子と第 2 因子の相関は $r=.773$ と高く、感情制御能力は「自然に身につく」という考え方と「厳罰的な養育が必要」という考え方には強い関連があった。

これら 2 因子に対して、研修の受講者の性



別及び感情的になりやすさ、そして研修前後という時期を独立変数とした3要因分散分析を行なった。「感情抑制の自己責任的理解」得点と「問題行動制御の要厳罰的理解」得点は共に性別及び感情的になりやすさについての有意差は認められず、時期の主効果のみが有意であった($F(1, 39) >$

31.337, $p < .001$)。図1に示したように、研修を受けることによって「感情抑制能力は、自分で身につけるものだ」「厳しい指導が感情抑制につながる」という捉え方が減少するという結果であった。ここで抽出された2因子を構成する項目に対しては0点から3点の4段階評定で回答を求めており、研修前の段階でもその平均値は1点前後であったことから、感情制御能力は「自然に身につく」「厳罰的な養育が必要」といった捉え方は元々弱かったことが分かる。しかし研修後にはこれら捉えが有意に減少したことから、感情制御能力が健全に育まれるためには、教師や養育者の適切な養育が必要であるという視点が持てる研修を実施することが望ましく、効果があると考えられる。

(2) 共感的関わりの実施とその効果の検証

家族間でのコミュニケーションが暴力的で緊張が高く、ネガティブ感情を表出し登校しぶりを訴えていたA子に対して、意図的にネガティブ感情への共感的関わりを行なった。A子の家族は公衆の面前であっても暴力的な振る舞いを隠さなかった。登校をしぶるA子に対しても父親は「怠けだ!」と厳しく叱責していた。A子も自分の思い通りにならなければ人前であっても母親を蹴り、泣いてぐずっていた。母親はA子に対して理解を示そうと努力しつつも感情的になることが多く、苛立ちの感情を露わにすることもあった。そこで養護教諭や担任は親子双方に対して意識的に共感的な関わりを継続した。来室するA子に対しては、感情は受容し不適切な行動には適切な指導を行なうことを繰り返した。またA子に対して適切に関わるができない不甲斐なさを語る両親に対しては、子どもを大切に思う親の気持ちが感じられることを伝えて共感的に寄り添いながら、適切な関わり方を話し合った。

このような関わりの結果、登校しぶりを示した当初にはストレス反応が高く、抑うつ不安感情以外の得点はほぼ2SDを超えていたのが、翌年の5月には得点は著しく

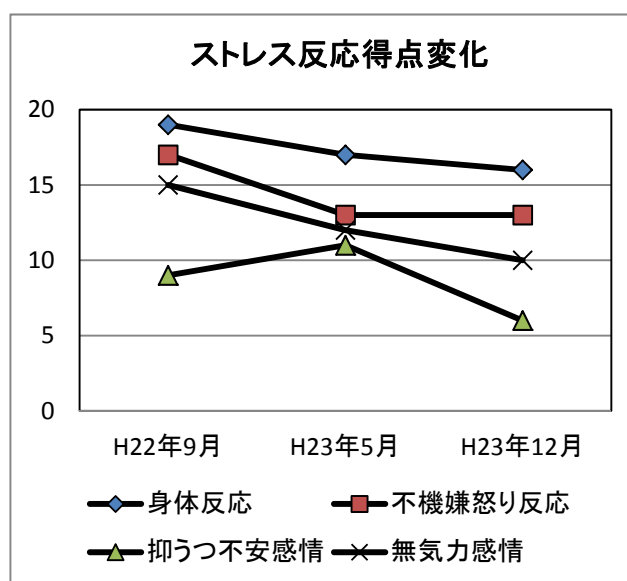


図2

減少して平均値内にほぼおさまるようになり、12月にもその状態の維持されていた(図2)。このよ

うにストレス反応得点が減少した背景には、共感的な関わりだけでなく様々な他の要因も考えられるが、当初のA子の様子と異なったのは、時間をかけてでも自分の内面にある思いや考えを語ることができるようになったことであった。こうした経過の中でA子の登校しぶりはみられなくなった。今後は、保健室における子どもへの共感的関わりがどのような効果を示すのか、対象者を増やし今後もその効果を検討したいと考える。